

# あすと長町レッスンプログラム タイムスケジュール [プール]

3月15日(日)	3月16日(月)	3月17日(火)	3月18日(水)	3月19日(木)	3月21日(土)	3月22日(日)
プール	プール	プール	プール	プール	プール	プール
	10:30~10:50 水中ウォーク/ 原田		10:15~10:35 水中ウォーク/ 今野			
	11:15~12:00 クロール 狩野	11:00~11:20 はじめてスイム/ 作山	11:00~12:00 ベビースイミング スクール	11:00~11:45 初級クロール 米澤	11:00~12:00 ベビースイミング スクール	
12:00~12:45 背泳ぎ 米澤		11:45~12:30 アクアスリム 我妻		12:15~13:00 バタフライ 米澤	12:00~13:15 リトルスイミング スクール	12:00~12:45 スノーケリング 菊地
	13:30~14:15 アクアスリム 今野	13:30~14:15 平泳ぎ 佐藤(千)	12:45~13:30 背泳ぎ 菊地	13:45~14:30 アクアスリム 今野		
	14:30~15:45 リトルスイミング スクール	14:45~16:00 キンダースイミング スクール	14:30~15:45 リトルスイミング スクール	14:45~16:00 キンダースイミング スクール	14:00~14:30 ワンポイントクロール/ 今野	
					14:45~15:15 ワンポイント背泳ぎ/ 今野	
16:15~17:00 平泳ぎ 米澤	16:15~17:30 ジュニアスイミング スクール		16:15~17:30 ジュニアスイミング スクール		16:15~17:00 水中トレーニング 木村(麻)	16:15~17:00 クロール 菊地
		18:45~19:05 はじめてスイム/ 米澤		18:45~19:30 スノーケリング 米澤	17:30~18:15 平泳ぎ 米澤	
	19:15~20:00 水中トレーニング 佐藤(千)	19:30~20:00 ワンポイントクロール/ 佐藤(千)	19:00~19:45 平泳ぎ 米澤			
	20:30~21:15 初級クロール 佐藤(千)		20:15~21:00 バタフライ 木村(麻)	20:00~20:45 水中トレーニング 原田		